

Liebscher & Bracht

DIE SCHMERZSPEZIALISTEN

Endlich schmerzfrei – Praxis Workshop

Leiden Sie unter...

- Verspannungen im Nacken?
- Rückenschmerzen nach langem Sitzen?
- Knie- oder Schulterproblemen beim Sport?
- Kopf- oder Hüftbeschwerden?

Sie sind nicht allein! Über zwei Drittel aller Erwachsenen kämpfen regelmäßig mit Schmerzen am Bewegungsapparat. Doch das muss nicht sein!

In 2 Stunden lernen Sie:

- Warum die meisten Schmerzen durch Bewegungsmangel entstehen
- Wie Sie mit einfachen Übungen Ihre Beschwerden selbst lindern können
- Die Grundlagen der effektiven Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht
- Praktische Techniken für mehr Beweglichkeit und weniger Beschwerden im Alltag

Das erwartet Sie:

- Kompaktes Theoriewissen zur Schmerzentstehung
- Praktische Übungen für alle 12 Hauptschmerzgebiete
- Individuelle Korrekturmöglichkeiten
- Übungsplan für zu Hause
- Kleingruppenatmosphäre mit maximal 12 Teilnehmern

Termin / Ort: 14. Dezember 2024; Berlin Moabit / TSV GutsMuths 1861 e.V.

Referent: Peter Giese / Schmerztherapeut & Heilpraktiker

Dauer: 2 Stunden; von 10:30 bis 12:30 Uhr

Kosten: 25,00 € pro Person (per Überweisung)



Anmeldung: Gerne in der Geschäftsstelle des TSV GutsMuths 1861 e.V. persönlich, unter ☎ 030 393 2440 oder per E-Mail an info@tsvgutsmuths-berlin.de